© 2013, Servicio de Salud Arica.

Editado por el Servicio de Salud Arica, Subsecretaria de Redes Asistenciales, Ministerio de Salud, Gobierno de Chile. Arturo Prat 305, Arica.

Publicación realizada en el marco de los ejes programáticos del Programa Especial de Salud y Pueblos Indígenas (PESPI) del Ministerio de Salud.

Distribución gratuita. Prohibida su venta.

Ninguna parte de este libro, incluido el diseño de portada, puede ser reproducida, transmitida o almacenada, sea por medios mecánicos, ópticos o electrónicos, incluidas las fotocopias, sin permiso del autor.

Se terminó de imprimir esta Primera Edición de 400 ejemplares en los talleres de Justino Flores Flores Silk Screen Impresos Gráficos Publicitarios, en marzo de 2013. Arica - Chile.

INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Salud a través de la Resolución N° 548 del 27 de Julio del 2009, establece la existencia de 103 hierbas en el territorio nacional, que son reconocidas como “medicamentos herbolarios tradicionales”.

El Servicio de Salud Arica, a través del Programa Especial de Salud y Pueblos Indígenas, ha realizado una recopilación de este listado de medicamentos herbolarios medicinales, de las hierbas utilizadas en medicina tradicional existentes en la Región de Arica y Parinacota, de los que se encontró 54 de las 103 hierbas reconocidas ministerialmente.

La sabiduría de los pueblos andinos originarios, avala las propiedades médicas y curativas de estas hierbas medicinales, a través de su uso tradicional, y el conocimiento de la herbolaria transmitida de generación en generación.

El objetivo de este texto recopilatorio es el de fortalecer la medicina tradicional, a través de un vademécum de las hierbas medicinales tradicionales de la Región de Arica y Parinacota y la difusión a la población en general, como a profesionales de la salud acerca de los beneficios y usos de tales hierbas.

La riqueza y variedad de pisos ecológicos en la región contribuyen a tener una gran variedad de especies y plantas medicinales, que han contribuido a poseer un sistema médico andino tradicional especializado, según las propiedades de la flora.

Hoy existe una apertura de poder incorporar aspectos de la medicina tradicional andina, sus formas de tratamiento, lo que hace que el sistema público de salud sea más cercano, con el respeto y salvaguarda que los pueblos originarios merecen, incorporando al sistema de salud tradicional andina, como una nueva herramienta de tratamiento.

YERBA DE PLATA

Nombre Comun	:	**YERBA DE PLATA**
Nombre Científico	:	EQUISETUM BOGOTENSE
Acción Terapéutica	:	DIURÉTICO , ANTI-INFLAMATORIO
Indicación afecciones	:	Para el tratamiento de los signos y síntomas de renales y urinarias.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal para 1 litro de agua recién hervida; beber 3 tazas veces al día.
Contraindicación	:	Administrar con precaución a personas con insuficiencia cardíaca o renal. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

EQUISETUM BOGOTENSE
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Equisetum_bogotense_Kunth.jpg

54

VIRA VIRA

Nombre Comun	**:**	**VIRA VIRA**
Nombre Científico	:	PSEUGNAPHALIUM VIRAVIRA
Acción Terapéutica	:	EXPECTORANTE, ANTIBACTERIANO
Indicación respiratorias.	:	Para el tratamiento de los síntomas de afecciones
Posología:		Se prepara una cucharada de hierba en un litro de agua recién hervida, de beben de 1 a 3 tazas por día, se puede endulzar con miel.
Contraindicación	:	Infórmele a su médico el uso de esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio

PSEUGNAPHALIUM VIRAVIRA
http://agronomia.utalca.cl/horticultura ornamental/presentacion/Floranativa-PotencialUso.pdf

Por ello, la constate preocupación de este Servicio de Salud por acortar las brechas que puedan existir entre los diferente sistemas médicos, se reducen, siendo tema importante el poder brindar una atención de calidad, oportuna y con el pleno respeto por el ejercicio de sus prácticas herbolarias medicinales.

El presidente Sebastián Piñera Echenique en su mensaje presidencial del 21 de Marzo del 2011 refiere, “Para recuperar el tiempo perdido y hacer justicia, pusimos en marcha una agenda a favor de nuestros pueblos originarios, que incluye su reconocimiento constitucional y deja atrás la estrategia de asimilación, reenlazándola por una de integración, que significa valorizar y proteger su cultura, idioma, tradiciones y valores. Incorporando su medicina tradicional a nuestro programas de salud”.

Sólo queda agradecer a los médicos aymaras quienes participaron y asesoraron en esta recopilación, en especial, a don Teofilo Cañari, doña Fausta Pairo, doña Luisa Gutiérrez, médicos aymara de la comuna de Putre, doña Aurelia Álvarez, usuyiri de San Miguel de Azapa, don Homero Altina, quilliri de la comuna de Camarones y doña Julia Huanca usuyiri de la comuna de Arica. A todos ellos y ellas, nuestras infinitas gracias.

Dra. Magdalena Gardilcic Franulic,
Directora Servicio de Salud Arica.

ÍNDICE GENERAL

Achicoria amarga (Cichorium intybus)	01
Ajenjo (Artemisia absinthium)	02
Albahaca (Ocimum basilicum)	03
Alcachofa (Cynara scolymus)	04
Aloe (Aloe vera)	05
Anís (Pimpinella anisum / Illicium verum)	06
Artemisa / Matricaria (Tanacetum parthenium)	07
Bailahuen (Haplopappus baylahuen)	08
Boldo (Peumus boldus)	09
Cabello de ángel (Cuscuta chilensis)	10
Cachanlagua / Cachan-Lawen (Centaurium cachanlahuen)	11
Cedrón (Aloysia citrodora)	12
Cepa caballo/ Amores secos (Acaena splendens)	13
Chépica (Paspalum vaginatum)	14
Chilco / Fucsia (Fuchsia magellanica)	15
Culén (Otholobium glandulosum)	16
Diente de león / Amargón (Taraxacum officinalis)	17
Eucalipto / Eucaliptus (Eucalyptus globulus)	18
Granado / Granada (Punica granatum)	19
Guayacán / Palo santo chileno (Porlieria chilensis)	20
Hinojo (Foeniculum vulgare)	21
Lampayo (Lampaya medicinalis)	22
Linaza / Lino (Linum usitatissimum)	23
Llantén / Llantén mayor (Plantago major)	24
Llareta (Laretia acaulis)	25
Malva (Malva sylvestris)	26
Manzanilla (Matricaria recutita)	27
Matico (Buddleja globosa)	28
Menta / Menta negra (Mentha x piperita)	29
Molle (Schinus areira)	30

VERBENA

Nombre Comun	:	**VERBENA**
Nombre Científico	:	VERBENA LITORALIS
Acción Terapéutica	:	ANTI- INFLAMATORIO, ANTIESPASMÓDICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de afecciones hepáticas y estomacales.
Posología	:	Se prepara una cucharada de hierbas con un litro de agua recién hervida, se bebe de 1 a 3 tazas por día.
Contraindicación	:	Infórmele a su médico el uso de esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

VERBENA LITORALIS
www.chileflora.com/.../HighResPages/EH0217.htm

52

TORONJIL CUYANO/ MARRUBIO

Nombre Comun	:	TORONJIL CUYANO, MARRUBIO
Nombre Científico	:	MARRUBIEM VULGARE
Acción Terapéutica	:	DIAFORÉTICO, EXPECTORANTE, ANTIPIERÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos del enfermedades respitarotias. Para el alivio de los síntomas de cuadros febriles.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de sumidades floridas para 1 litro de agua recién hervida; beber 3 tazas al día; Esta misma preparación sirve para lavar heridas.
Contraindicación	:	No administrar vía oral durante el embarazo. Administrar con precaución a personas con gastritis, úlceras digestivas y arritmias cardíacas. Puede potenciar los efectos de medicamentos hipoglicemiantes y antihipertensivos. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

MARRUBIEM VULGARE
http://www.todoplantas.net/plantas_medicinales/ver_planta.jsp?id=1127943372640

Naranjo amargo / Naranjo agrio (Citrus aurantium) 31
Natre / Tomatillo (Solanum ligustrinum) 32
Olivo (Olea europaea) 33
Ortiga (Urtica dioica) 34
Paico (Chenopodium chilense) 35
Palto (Persea americana) 36
Pelo de choclo / Pelo de maíz (Zea mays) 37
Pingo-pingo (Ephedra chilensis) 38
Quillay (Quillaja saponaria) 39
Quilo / Mollaco / Voqui (Muehlenbeckia hastulata) 40
Retamo (Spartium junceum) 41
Rica-rica / Kore (Acantholippia punensis) 42
Romaza (Rumex conglomeratus) 43
Romero / Romero castilla (Rosmarinus officinalis) 44
Rosa mosqueta / Mosqueta (Rosa moschata) 45
Ruda (Ruta chalepensis) 46
Salvia (Salvia officinalis) 47
Sauce amargo / Sauce chileno (Salix chilensis) 48
Sen / Sen de Alejandría (Senna alexandrina) 49
Tilo (Tilia cordata) 50
Toronjil cuyano / Marrubio (Marrubium vulgare) 51
Verbena (Verbena litoralis) 52
Vira-vira (Pseugnaphalium viravira) 53
Yerba de la plata (Equisetum bogotense) 54

ÍNDICE DE ACCIÓN TERAPÉUTICA

ANALGÉSICO (Calma el Dolor)
Matico 28
Sauce Amargo 48

ANTIBACTERIAL (elimina bacterias)
Salvia 47
Vira - Vira 54

ANTIESPASMÓDICO
(Combate dolores y calambres estomacales)
Ajenjo 02
Albahaca 03
Anís 06
Bailahuen 08
Cedrón 12
Culén 16
Hinojo 21
Linaza / Lino 23
Manzanilla 27
Menta 29
Molle 30
Paico 35
Rica - Rica / Kore 42
Romero 44
Ruda 46
Salvia 47
Verbena 53

ANTIFLATULENTO (Reduce gases)
Albahaca 03
Hinojo 21
Menta 29
Romero 44

ANTIGRIPAL (Combate los sintomas de la Influenza)

Tilo 51

TILO

Nombre Común	: TILO
Nombre Científico	: TILIA CORDATA
Acción Terapéutica	: ANTITUSIVO, ANTIGRIPAL
Indicación	: Para el tratamiento de los síntomas de las afecciones respiratorias, y estados gripales.
Posología	: La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	: Puede potenciar el efecto sedante de antihistamínicos, barbitúricos, benzodiazepinas y alcohol, por lo que se aconseja no administrar en forma conjunta. Se debe evitar su uso excesivo. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

50

TILIA CORDATA
http://www.cepvi.com/medicina/plantas/tilo.shtml

SEN / SEN DE ALEJANDRIA

Nombre Común	:	**SEN / SEN DE ALEJANDRIA**
Nombre Científico	:	SENNA ALEXANDRINA
Acción Terapéutica	:	LAXANTE, PURGANTE
Indicación	:	Para el tratamiento del estreñimiento y otras afecciones recto - digestivas.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza al día.
Contraindicación	:	No usar en obstrucción intestinal, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa, apendicitis, dolores abdominales de origen desconocido, embarazo y lactancia. No dar a menores de 12 años. Como todo laxante, no se debe utilizar en tratamientos por más de 1 a 2 semanas. Evitar su preparación en utensilios de aluminio. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal.

SENNA ALEXANDRINA
http://www.nrc-map.org/Photoes/senna.jpg

ANTIHIPERTENSIVO (Reduce la presión arterial)

Cachanlagua / Cachan-Lawen 11
Olivo 33

ANTI-INFLAMATORIO (Reduce la inflamación)

Llareta 25
Manzanilla 27
Molle 30
Ortiga 34
Romaza 43
Sauce Amargo 48
Verbena 53
Yerba de la Plata 55

ANTIMICÓTICO (Evita el crecimiento de hongos)

Matico 28

ANTIMIGRAÑOSO (Reduce el dolor de cabeza)

Artemisa / Matricaria 07

ANTIPIERÉTICO (Disminuye la fiebre)

Cachanlagua / Cachan-Lawen 11
Chilco / Fucsia 15
Natre / Tomatillo 32
Toronjil Cuyano / Marrubio 52

ANTISÉPTICO (Bloquea la producción de bacterias en heridas)

Bailahuen 08
Eucalipto 18
Palto 36
Romaza 43

ANTITUSIVO (Reduce la tos seca)

Malva 26
Tilo 51

ANTIULCEROSO (cicatriza úlceras o heridas internas)

Retamo 41

ASTRINGENTE (Que cicatriza)
Rosa Mosqueta 45

CARDIOTÓNICO (Mejora el funcionamiento del corazón)
Lampayo 22

CICATRIZANTE (Cierra las heridas en la piel)
Aloe 05
Culén 16
Llantén 24
Matico 28
Molle 30
Quilo / Mollaco / Voqui 40
Romaza 43

COLAGOGO (Mejora las funciones de la vesícula)
Alcachofa 04

DEPURATIVO (Purifica el cuerpo)
Chépica 14
Pingo - Pingo 38

DIAFORÉTICO (Aumenta la sudoración)
Toronjil Cuyano / Marrubio 52

DIGESTIVO
Diente de León/Amargón 17
Llantén 24

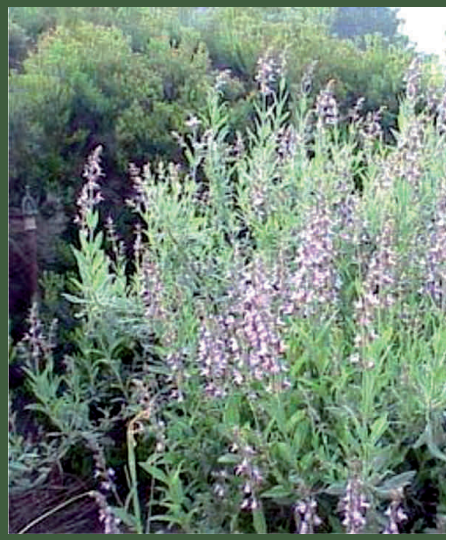
DIURÉTICO (Aumenta la orina)
Cabello de Ángel 10
Cepa caballo / Amores secos 13
Chilco / Fucsia 15
Diente de León / Amargón 17
Guacayán / Palo Santo chileno 20
Lampayo 22
Ortiga 34
Pelo de Choclo 37
Pingo - Pingo 38
Quilo / Mollaco / Voqui 40
Retamo 41

SAUCE AMARGO / SAUCE CHILENO

Nombre Común	:	SAUCE AMARGO / SAUCE CHILENO
Nombre Científico	:	SALIX CHILENSIS
Acción Terapéutica	:	ANALGÉSICO, ANTI-INFLAMATORIO
Indicación	:	Para el tratamiento de los singos de cuadros febriles. Para el tratamiento de los signos y síntomas del reumatismo.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	No se recomienda su uso en niños, en mujeres embarazadas y en enfermos con úlcera gástrica. No usar simultáneamente con anticoagulantes orales. A dosis altas puede producir gastritis y úlceras. Evitar su preparación en utensilios de aluminio. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal.

48

SALIX CHILENSIS
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0392.htm



SALVIA

Nombre Común	:	**SALVIA**
Nombre Científico	:	SALVIA OFFICINALIS
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, ANTIBACTERIAL
Indicación	:	Para el tratamiento de afecciones estomacales y digestivas.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	No utilizar por periodos prolongados de tiempo. Emplear con control médico durante embarazo y lactancia. Puede interferir con terapias hipoglicémicas y anticonvulsivantes. Puede potenciar el efecto sedante de otras drogas. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

SALVIA OFFICINALIS
http://luirig.altervista.org/photos/s/salvia_officinalis.htm

Yerba de la Plata 55

EMOLIENTE (Baja la inflamación de la piel)
Quillay 39

EXPECTORANTE (Ayuda a eliminar la secreción bronquial)
Eucalipto 18
Guacayán / Palo Santo chileno 20
Palto 36
Toronjil Cuyano / Marrubio 52
Vira - Vira 54

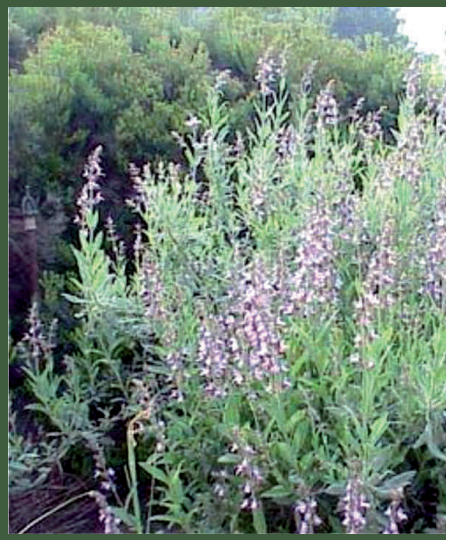
HIPOGLICEMIANTE (Reduce el azúcar de la sangre)
Cachanlagua / Cachan-Lawen 11
Llareta 25
Natre / Tomatilllo 32

LAXANTE (Facilita la digestión)
Achicoria Amarga 01
Aloe 05
Boldo 09
Linaza / Lino 23
Sen 49

PURGANTE (Facilita la digestión rapidamente)
Sen 49

SEDANTE (Calma la ansiedad)
Naranjo 31

VERMIFUGO (Elimina las lombrices o parasitos intestinales)
Ajenjo 02
Granada 19



ACHICORIA AMARGA/ LECHUGUILLA (P'sike)

Nombre Común	:	**ACHICORIA AMARGA, LECHUGUILLA (P'sike)**
Nombre Científico	:	CICHORIUM INTYBUS
Acción Terapéutica	:	LAXANTE
Indicación	:	Para el tratamiento de los signos y los síntomas de digestiones difíciles tipo crónico (dispepsia) y estreñimiento. Afecciones hepáticas (cólicos biliares) Purificador natural de la sangre
Posología	:	La infusión se preparara con 1 cucharada de hojas secas trituradas para un litro de agua recién hervida. La raíz se usa mediante decocción hirviendo la misma cantidad de 5 a10 minutos. Beber 3 tazas al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

CICHORIUM INTYBUS
http://fichas.infojardin.com/hortalizas-verduras/achicoria-cichorium-intybus-sativa.htm

RUDA

Nombre Comun	:	RUDA
Nombre Científico	:	RUTA CHALEPENSIS
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO,
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de afecciones intestinales. Para el tratamiento de los signos y síntomas de malestares reumáticos.
Posología	:	La infusión se prepara con una 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida; beber 3 tazas al día.
Contraindicación	:	Planta tóxica, que si se toma en infusiones demasiado concentradas o en grandes cantidades, puede producir úlceras estomacales o intestinales. Además de vómitos, diarrea, cefalea, temblores, hipotensión y colapso cardio circulatorio. Esta contraindicado durante el embarazo. En estado fresco puede producir foto dermatitis de contacto. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

RUTA CHALEPENSIS
Ruda ornamental (original RC Peña).

ROSA MOSQUETA / MOSQUETA

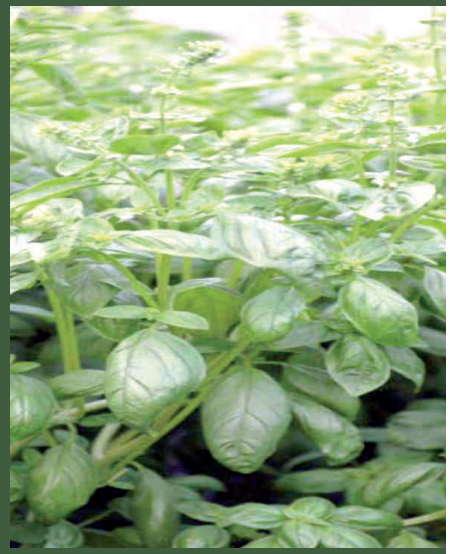
Nombre Común	:	ROSA MOSQUETA / MOSQUETA
Nombre Científico	:	ROSA MOSCHATA
Acción Terapéutica	:	ASTRINGENTE
Indicación	:	Para el tratamiento en el control de diarreas. Además para el tratamiento de afecciones bronquiales.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de frutos secos en un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ROSA MOSCHATA
www.bolsonweb.com.ar/diariobolson/detalle.php...

AJENJO/ AJENCO/ RUDA DE CASTILLA

Nombre Común	:	AJENJO, AJENCO, RUDA DE CASTILLA
Nombre Científico	:	ARTEMISA ABSINTHIUM
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, VERMIFUGO
Indicación	:	Para el tratamiento de las afecciones estomacales y/o hepáticas. Para el tratamiento de los síntomas de parásitos intestinales.
Posología:		La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	No es aconsejable su consumo en el embarazo y lactancia, ni administrar en niños pequeños o a personas que sufren epilepsia. No consumir por periodos largos. Evitar su uso en inflamaciones digestivas crónicas. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ARTEMISA ABSINTHIUM
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wormwood_bush.jpg



ALBAHACA

Nombre Común	:	ALBAHACA
Nombre Científico	:	OCIMUM BASILICUM
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, ANTI FLATULENTO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de afecciones digestivas.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

OCIMUM BASILICUM
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ocymum_basilicum-planto.jpg

03

ROMERO/ ROMERO DE CASTILLA

Nombre Comun	:	ROMERO, ROMERO DE CASTILLA
Nombre Científico	:	ROSMARINUS OFFICINALIS
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, ANTIFLATULENTO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de la indigestión, cólicos abdominales, padecimientos hepáticos.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida; beber 3 tazas al día.
Contraindicación	:	No es deseable su administración durante el embarazo; los pacientes con colitis y afecciones prostáticas deben evitar su consumo. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ROSMARINUS OFFIC
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosmarinus_officinalis_(Barlovento)_01.jpgINALIS

44

ROMAZA

Nombre Comun	:	ROMAZA
Nombre Científico	:	RUMEX CONCLOMERATUS
Acción Terapéutica	:	ANTISÉPTICO, CICATRIZANTE, ANTI-INFLAMATORIO
Indicación	:	Para el tratamiento de heridas en la piel infectadas. Para el tratamiento de afecciones en las vías urinarias.
Posología	:	Preparar una infusión concentrada de 1 cucharada de la hierba para una taza de agua recién hervida. Limpiar la herida con esta infusión. Preparar una cucharada de la hierba en un litro de agua recién hervida, beber tres veces al día.
Contraindicación	:	No administrar en embarazadas, ni en personas con tendencias a formar cálculos renales o vesiculares. Infórmele a su médico que está utilizando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

RUMEX CONCLOMERATUS
http://www.swsbm.com/Images/New2005/Rumex_hymenosepalus-3.jpg

ALCACHOFA

Nombre Común	:	ALCACHOFA
Nombre Científico	:	CYNARA SCOLYMUS
Acción Terapéutica	:	COLAGOGO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de las afecciones hepáticas y biliares.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

CYNARA SCOLYMUS

ALOE/ SABILA

Nombre Común	:	ALOE, SABILA
Nombre Científico	:	ALOE VERA
Acción Terapéutica	:	LAXANTE , CICATRIZANTE
Indicación	:	1. Para el tratamiento de los signos y los síntomas de estreñimiento. 2. Para el tratamiento de los signos y síntomas de lesiones en la piel, como quemaduras provocadas por la exposición solar.
Posología	:	Para el tratamiento del estreñimiento se usa el jugo espeso de las hojas, (jugo parduzco y amargo que escurre espontáneamente del corte de la hoja fresca). Se debe beber una cucharada de este jugo natural. Para el tratamiento de lesiones en la piel, se debe hacer un corte longitudinal a la hoja del aloe, para obtener el gel de la hoja, (líquido viscoso, incoloro y transparente), gel que se aplica en la zona afectada por la quemadura de sol.

Contraindicación: No es aconsejable su empleo oral durante el embarazo, lactancia y en menores de 10 años, ni cuando existan dolores abdominales, nauseas y vómitos. No se debe administrar en pacientes con la enfermedad de Crohn, colitis ulcerativas, ni en personas con síndrome de colon irritable. Como todo laxante sólo puede ser usado por un periodo no superior a una semana. De consultar a un médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ALOE VERA
http://commons.wikimedia.org/wiki/Image:Aloevera2web.jpg

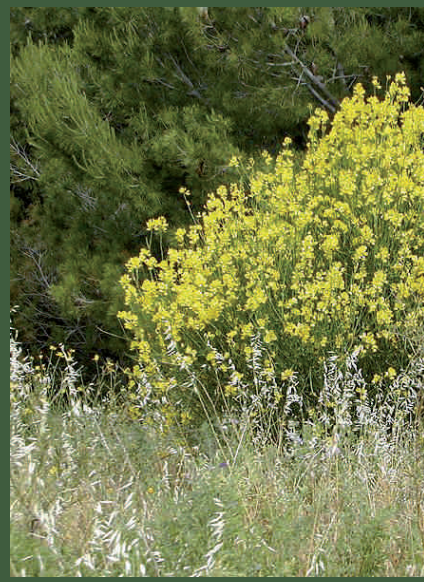
05

RICA - RICA/ KORE

Nombre Comun	:	**RICA - RICA, KORE**
Nombre Científico	:	ACANTHOLIPPIA DESERTICOLA
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de afecciones estomacales.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la planta seca para un litro de agua recién hervida, dejando reposar 10 minutos`, se bebe como agua para la sed.
Contraindicación	:	No administrar en mujeres embarazadas. Posible efecto estimulante del Sistema Nervioso Central. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ACANTHOLIPPIA DESERTICOLA
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1973A.htm

42



RETAMO

Nombre Comun	:	RETAMO
Nombre Científico	:	SPARTIUM JUNCEUM
Acción Terapéutica	:	ANTIULCEROSO, DIURÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los malestares estomacales, úlceras gástricas. Para el tratamiento de afecciones renales y de las vías urinarias.
Posología	:	La infusión se preparara con 1 cucharada del vegetal para un litro de agua recién hervida: bebe 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Planta MUY TOXICA, no usar sin supervisión médica. No usar por ningún motivo durante el embarazo. Los efectos secundarios van desde los vómitos, hasta la disminución del ritmo cardíaco y la muerte. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

SPARTIUM JUNCEUM
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Spartium_junceum_ginesta.jpg

ANIS

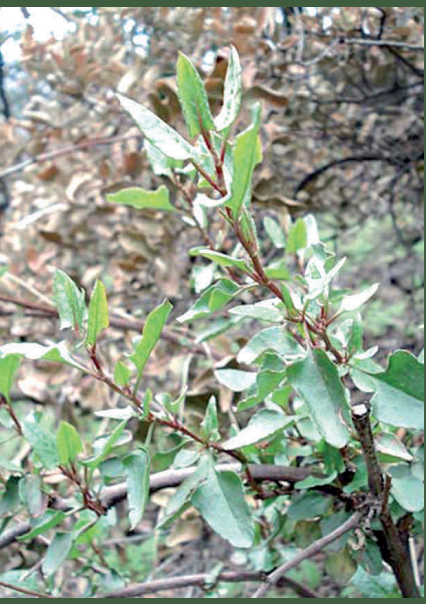
Nombre Común	:	ANÍS
Nombre Científico	:	PINPINELLA ANISUN / ILLICIUM VERUM
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de afecciones digestivas.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Se recomienda su uso con moderación. Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

PINPINELLA ANISUN / ILLICIUM VERUM
http://www.cepvi.com/medicina/plantas/anis_verde.shtml

ARTEMISA / MATRICARIA

Nombre Común	:	**ARTEMISA / MATRICARIA**
Nombre Científico	:	TANACETUM PARTHENIUM
Acción Terapéutica	:	ANTIMIGRAÑOSA
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signo de la migraña, fiebre, neuralgias.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	No administrar durante el embarazo, usar con control médico durante la lactancia. No tomar en conjunto con Anticoagulantes, aspirina y ginkgo biloba. Puede producir dermatitis de contacto. Para que se manifiesten sus efectos puede ser necesario usarla diariamente por 2 a 3 meses. Las hojas frescas en contacto directo pueden causar ulceras bucales, dolor abdominal o pérdida del gusto. Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

TANACETUM PARTHENIUM
http://www.herbalfire.com/tanacetum-parthenium-fever-pi-226.html



QUILO/ MOLLACO/ VOQUI (Visa Visa)

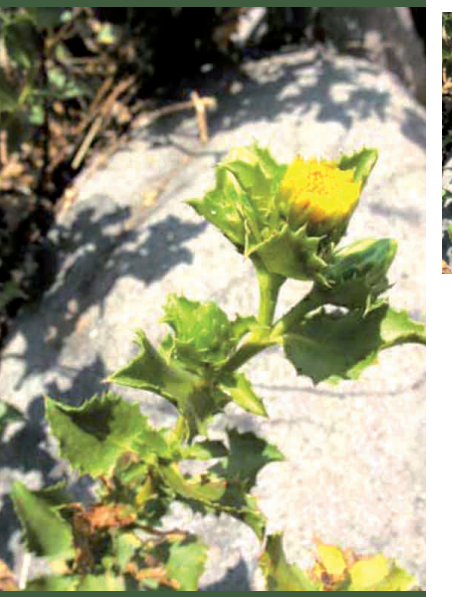
Nombre Comun	:	QUILO, MOLLACO, VOQUI)Visa Visa)
Nombre Científico	:	MUEHLENBECKIA HASTULATA
Acción Terapéutica	:	Uso Interno; Diurético, para el tratamiento de afecciones hepáticas (ictericia). Uso Externo; Para el tratamiento de heridas en la piel.
Indicación	:	Para el tratamiento de afecciones hepáticas, ictericia. Para el tratamiento de heridas en la piel.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de vegetal para un litro de agua recién hervida: beber 1 taza , 3 veces al día. Para el tratamiento de heridas en la piel, lavar la herida con esta infusión.
Contraindicación	:	Administrar con precaución en embarazadas. Puede aumentar el efecto de medicamentos antihipertensivos. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

MUEHLENBECKIA HASTULATA
http://www.protege.cl/educa/flora/images/big_quilo.jpg

QUILLAY

Nombre Común	:	**QUILLAY**
Nombre Científico	:	QUILLAJA SAPONARIA
Acción Terapéutica	:	EMOLIENTE
Indicación	:	Para el tratamiento de la seborrea, caspa, y otras afecciones de la piel.
Posología	:	Para la piel se usa como decocción (cocimiento) que se prepara hirviendo 10 minutos, se deja reposar y después se filtra. Para caspa y seborrea se usa un macerado, dejando 2 trozos de corteza (aprox. 2 x 5 cm) en 2 litros de agua recién hervida toda la noche. Usar en la mañana siguiente.
Contraindicación	:	Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

QUILLAJA SAPONARIA
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quillaja_Mol.JPG



BAILAHUEN

Nombre Común	:	BAILAHUEN
Nombre Científico	:	HAPLOPAPPUS BAYLAHUEN
Acción Terapéutica	:	ANTISÉPTICO, ANTIESPASMÓDICO
Indicación	:	Para el tratamiento de heridas y úlceras en la piel. Para el tratamiento de afecciones hepáticas y cólicos abdominales. Síntomas de impotencia masculina.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

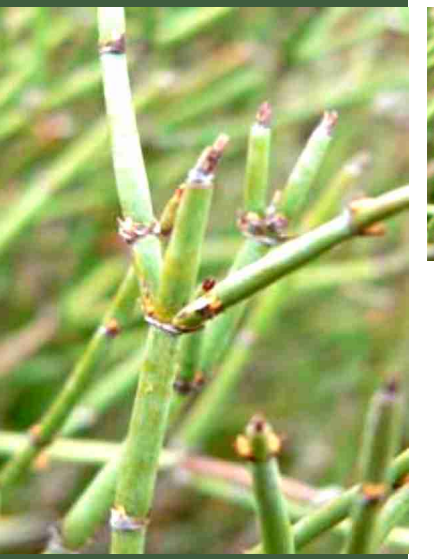
HAPLOPAPPUS BAYLAHUEN
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0703.htm

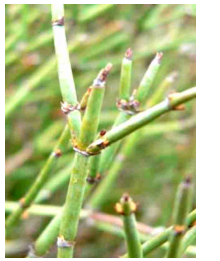
BOLDO

Nombre Común	:	BOLDO
Nombre Científico	:	PEUMUS BOLDUS
Acción Terapéutica	:	LAXANTE SUAVE
Indicación	:	Para el tratamiento de signos y síntomas de digestiones difíciles, afecciones gastro intestinales.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	No usar en caso de obstrucción de la vía biliar (ictericia). No se recomienda su administración oral durante el embarazo ni en niños menores de 10 años. No usar por periodos prolongados de tiempo ni infusiones demasiado concentradas. En pacientes con cálculos renales usar sólo bajo vigilancia médica. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

PEUMUS BOLDUS
http://www.arbolesornamentales.com/Peumusboldus.htm

09





PINGO - PINGO
(Pinku Pinku Pikin Q'ara)

Nombre Comun	:	PINGO - PINGO (Pinku Pinku Pikin Q'ara)
Nombre Científico	:	EPHEDEA CHILENSIS
Acción Terapéutica	:	DEPURATIVO, DIURÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de purificación de la sangre. Para el tratamiento de los síntomas de problemas urinarios.
Posología	:	La decocción (cocimiento) se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua, hervir 5 minutos, dejar reposar y filtrar; beber 3 tazas al día.
Contraindicación	:	Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

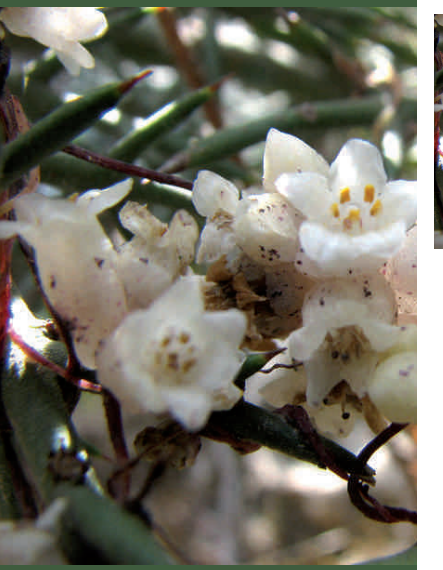
EPHEDEA CHILENSIS
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ephedra_andina_2.jpg

38

PELO DE CHOCLO/ PELO DE MAÍZ

Nombre Comun	:	PELO DE CHOCLO, PELO DE MAÍZ
Nombre Científico	:	ZEA MAYS
Acción Terapéutica	:	DIURÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de la retención de líquidos.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de vegetal para un litro de agua recién hervida: beber 1 taza, 3 veces al día.
Contraindicación	:	Estos son productos auxiliares, no reemplazan a los tratamientos e indicaciones dadas por el médico tratante. Infórmele a su medico el uso esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ZEA MAYS
www.commons.wikimedia.org/wiki/File:Suikermais_bl



CABELLO DE ANGEL

Nombre Común	:	CABELLO DE ÁNGEL
Nombre Científico	:	CUSCUTA CHILENSIS
Acción Terapéutica	:	DIURÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los trastornos asociados a la retención de líquidos.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	No administrar en embarazadas, ni dosis muy concentradas. Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

CUSCUTA CHILENSIS
http://www.parasiticplants.siu.edu/Cuscutaceae/index.html)

CACHANLAGUA/ CACHAN LAWEN

Nombre Comun	:	CACHANLAGUA, CACHAN LAWEN
Nombre Científico	:	CENTAURIUM CACHANLAHUEN
Acción Terapéutica	:	ANTIPIRÉTICO, ANTIHIPERTENSIVO, HIPOGLICEMIANTE
Indicación	:	1. Para el alivio de los signos y síntomas de la fiebre. 2. Para el tratamiento de los signos y los síntomas de la hipertensión. 3. Para el tratamiento y los síntomas de la diabetes.
Posología	:	Se prepara una infusión con una cucharadita de la planta para una taza de agua recién hervida; beber sólo una taza en el día.
Contraindicación	:	No administrar la infusión muy concentrada a quienes están tomando medicamentos hipoglicemiantes y antihipertensivos, ya que puede potenciar los efectos de estos medicamentos. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

CENTAURIUM CACHANLAHUEN
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Centaurium_erythraea_(flowers).jpg

PALTO

Nombre Común:	PALTO
Nombre Científico:	PERSEA AMERICANA
Acción Terapéutica:	EXPECTORANTE, ANTISÉPTICO
Indicación:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de las afecciones respiratorias.
Posología	: La infusión se prepara con 1 cucharada de flores frescas o secas para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	: No se aconseja su uso durante el embarazo y lactancia. Puede reducir el efecto anticoagulante de medicamentos del tipo Warfarina. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

PERSEA AMERICANA
http://www.ebp-botanics.com/files/planta/1157777314_ft_aguacate-01.jpg

PAICO

Nombre Comun	:	PAICO
Nombre Científico	:	CHENOPODIUM CHILENSE
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO
Indicación	:	Para el tratamiento de las afecciones estomacales, diarrea, estreñimientos, empachos, dolor estomacal.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de hojas para un litro de agua recién hervida, dejando reposar. Beber 1 a 3 tazas por día.
Contraindicación	:	No administrar en el embarazo y lactancia. Evitar el consumo prolongado. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

CHENOPODIUM CHILENSE
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0723.htm

CEDRON

Nombre Comun	:	CEDRÓN
Nombre Científico	:	ALOYSIA CITRODORA
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO
Indicación	:	1. Para el tratamiento de signos y síntomas de trastornos digestivos.
Posología	:	La infusión se prepara con una cuchara de la planta para un litro de agua recién hervida, dejar reposar y beber de 3 a 4 tazas diarias.
Contraindicación	:	No administrar por un periodo prolongado de tiempo ni infusiones muy concentradas. Al consultar a su médico informe que está usando la hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

ALOYSIA CITRODORA
www.commons.wikimedia.org/wiki/File:Aloysia_citro...

CEPA DE CABALLO

Nombre Común	:	CEPA DE CABALLO
Nombre Científico	:	ACAENA SPLENDENS
Acción Terapéutica	:	DIURÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de los trastornos asociados a la retención de líquidos.
Posología	:	La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas secas y trituradas para 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar durante 10 minutos: beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

ACAENA SPLENDENS
http://species.wikimedia.org/wiki/Acaena_magellanica

ORTIGA

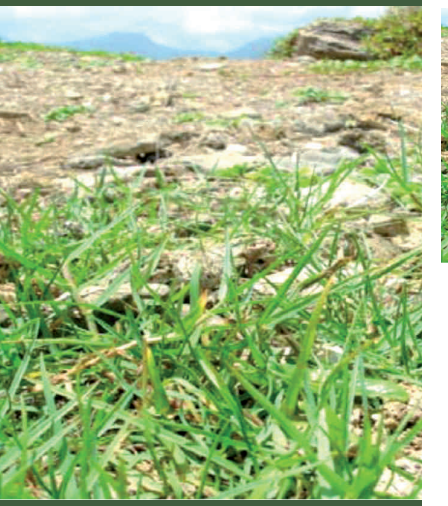
Nombre Comun	:	ORTIGA
Nombre Científico	:	URTICA DIOICA
Acción Terapéutica	:	DIURÉTICO, ANTI-INFLAMATORIO
Indicación	:	Hojas y Ramas: Uso interno; afecciones renales, reumáticas, calma la tos y diarrea. Uso Externo; Para el tratamiento de dolores reumáticos y neurológicos. Raíz y Rizamas: Uso Interno, para el tratamiento de los síntomas de de la hipertrofia prostática benigna, problemas bronquiales.
Posología	:	Preparar dos cucharadas de hojas y ramas para un litro de agua hirviendo, beba una taza tres veces al día. Las ramas se usan además para “ortigar” (frotar con la Ortiga). Se puede usar la misma preparación para lavados para el uso de dolores externos (reumáticos). Las raíces (40 grs.) se deben cocer en un litro de agua por 3 minutos. Se bebe una taza de la preparación cuatro veces al día.
Contraindicación	:	Proteger de la luz y la humedad. Infórmele a su médico el uso de esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

URTICA DIOICA
http://www.fitoterapia.net/vademecum/plantas/FOTOS/Urtica%20dioica.JPG

OLIVO

Nombre Comun	:	OLIVO
Nombre Científico	:	OLEA EUROPAEA
Acción Terapéutica	:	ANTIHIPERTENSIVO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de la presión arterial alta.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de hojas frescas trituradas para un litro de agua recién hervida, dejando reposar. Beber 1 a 3 tazas por día.
Contraindicación	:	Este es un producto de carácter auxiliar sintomático, por ningún motivo reemplaza las indicaciones y medicamentos recomendado por su médico. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

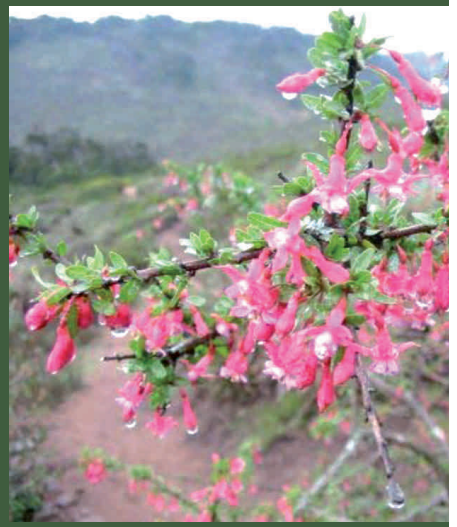
OLEA EUROPAEA
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Olea-europaea-foliage.JPG



CHEPICA

Nombre Común	:	CHÉPICA
Nombre Científico	:	PASPALUM VAGINATUM
Acción Terapéutica	:	DEPURATIVO
Indicación	:	Para el tratamiento de limpieza del riñón.
Posología	:	Se prepara un cocimiento con una cucharada de rizoma y raíces para una taza de agua, que se hierve por unos minutos, beber una taza tres veces por día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

PASPALUM VAGINATUM
http://www.hear.org/starr/plants/images/image/?q=050418-0245



CHILCO/ FUCSIA

Nombre Comun	:	CHILCO, FUCSIA
Nombre Científico	:	FUCSIA MAGELLANICA
Acción Terapéutica	:	DIURÉTICO , ANTIPIERÍTICO ,
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de la retención de líquidos. Para el alivio de los síntomas del ciclo menstrual.
Posología	:	Se usa en decocción o cocimiento, la que se prepara con 1 cucharada de planta para 1 litro de agua, hervir 5 minutos y dejar reposar; beber 2-3 tazas al día.
Contraindicación	:	No administrar durante el embarazo. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

FUCSIA MAGELLANICA
http://www.ecolyma.cl/galeria/displayimage.php?album=33&pos=26

NATRE/ TOMATILLO

Nombre Común	:	NATRE / TOMATILLO
Nombre Científico	:	SOLANUM LIGUSTRINUM
Acción Terapéutica	:	ANTIPIERÉTICO, HIPOGLICEMIANTE
Indicación	:	Para el tratamiento de los signos de cuadros febriles. Para el tratamiento hipoglicemiante.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

SOLANUM LIGUSTRINUM
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0196.htm

NARANJO AMARGO / NARANJO AGRIO

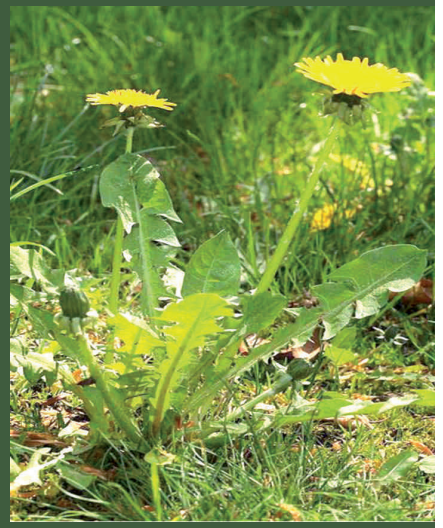
Nombre Común	:	NARANJO AMARGO / NARANJO AGRIO
Nombre Científico	:	CITRUS AURANTIUM
Acción Terapéutica	:	SEDANTE SUAVE
Indicación	:	Para el tratamiento del trastorno del sueño y del sistema nervioso en general.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de flores para un litro de agua hirviendo, dejar reposar. Beber 2 tazas por la tarde.
Contraindicación	:	Puede producir efectos adversos cardiovasculares ya sea en la frecuencia cardíaca o en la presión sanguínea, los que son significativamente potenciados por cafeína. Está contraindicada su administración simultánea con medicamentos que contengan ciclosporina. Debe evitar su consumo personas en tratamiento con IMAO (antidepresivos Inhibidores de la enzima Mono Amino Oxidasa), con hipertensión severa, diabetes mellitus, glaucoma e hipertrofia prostática. Administrar con precaución en embarazadas y niños menores; no exceder las cantidades indicadas. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

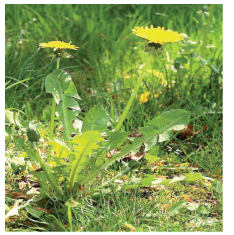
CITRUS AURANTIUM
http://www.rogerstreesandshrubs.com/gallery/DisplayBlock.asp?bid=11327&gid=&source=gallerydefault

CULEN

Nombre Comun	:	CULEN
Nombre Científico	:	OTHOLOBIUM GLANDULOSUM
Acción Terapéutica	:	Interno: Dolor estomacal, indigestión, inapetencia, diabetes melllitus. Externo: Heridas
Indicación	:	Para el tratamiento de afecciones y síntomas de enfermedades estomacales. Para el tratamiento en la cicatrización de heridas en la piel.
Posología	:	La infusión se prepara con una cuchara de la planta para un litro de agua recién hervida, dejar reposar y beber de 3 a 4 tazas diarias. La misma infusión se utiliza para el lavado de las heridas.
Contraindicación	:	Puede causar foto-sensibilidad en altas dosis. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

OTHOLOBIUM GLANDULOSUM
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Otholobium5.jpg

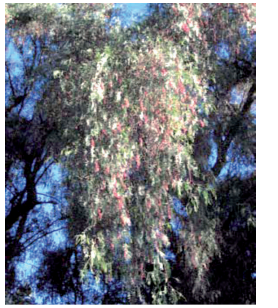




DIENTE DE LEON/ ARMAGON

Nombre Común	:	DIENTE DE LEÓN, ARMAGÓN
Nombre Científico	:	TARAXACUM OFFICINALIS
Acción Terapéutica	:	DIGESTIVO, DIURÉTICO
Indicación	:	Para el tratamiento de afecciones de vías biliares, padecimientos hepáticos. Para el tratamiento de trastornos de la retención de líquidos.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día. Para las raíces hacer una decocción, hirviendo 1 cucharada por 10 minutos.
Contraindicación	:	No administrar en caso de obstrucción biliar (ictericia). Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

TARAXACUM OFFICINALIS
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taraxacum_plant.jpg



MOLLE

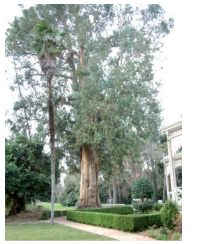
Nombre Comun	:	MOLLE
Nombre Científico	:	SCHINUS AREIRA
Acción Terapéutica	:	ANTI-INFLAMATORIO, ANTIESPASMÓDICO, CICATRIZANTE
Indicación	:	Uso Interno; para el tratamiento de la bronquitis, dolores estomacales, malestares hepáticos. Uso Externo; para el tratamiento del reumatismo y lavado de heridas.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal (ó 6 a 8 hojas frescas) para 1 litro de agua recién hervida, se deja reposar y se bebe 1 a 3 tazas al día. Para el tratamiento de heridas, se debe hacer un cocimiento con la corteza, hirviendo una cucharada del vegetal en un litro de agua durante 10 minutos, usar en forma de compresas o baños.
Contraindicación	:	No administrar durante el embarazo, el consumo de los frutos del molle puede provocar reacciones tóxicas sobre todo en niños. Puede potenciar el efecto de medicamentos usados para bajar la presión arterial. Al consultar a su médico infórmele que está usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

SCHINUS AREIRA
http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Sapindales/Anacardiaceae/Schinus/molle/Schinus%20molle.htm

MENTA/ MENTA NEGRA

Nombre Comun	:	MENTA, MENTA NEGRA
Nombre Científico	:	MENTA X PIPERITA
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, ANTIFLATULENTO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de afecciones digestivas.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal (ó 6 a 8 hojas frescas) para 1 litro de agua recién hervida, se deja reposar y se bebe 3 tazas al día.
Contraindicación	:	No se debe administrar a niños menores de 2 años. Precaución con personas con cálculos biliares y madres que amamantan, pues puede reducir el flujo de leche. Almacenar en un lugar fresco y protegido de la luz. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

MENTA X PIPERITA
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mentha_piperita_-_Pfefferminze.jpg



EUCALIPTO/ EUCALIPTUS

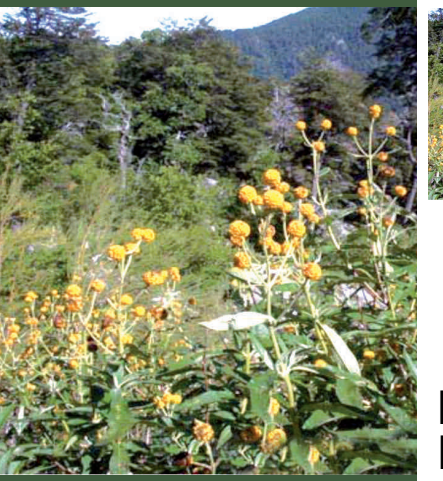
Nombre Comun	:	EUCALIPTO, EUCALIPTUS
Nombre Científico	:	EUCALYPTUS GLOBULUS
Acción Terapéutica	:	ANTISÉPTICO, EXPECTORANTE
Indicación	:	Uso Interno; Para el tratamiento de síntomas y molestias en las vías respiratorias altas (catarro, resfrío común, faringitis, inflamación de las amígdalas). Uso Externo; para el tratamiento de rinitis, cistitis, vaginitis.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para un litro de agua recién hervida; beber tres veces al día de 1 a 3 tazas. En las enfermedades respiratorias endulzar con miel. Para vahos (inhalaciones) preparar un cocimiento de 1 cucharada para un litro de agua, calentar hasta la ebullición y luego inhalar varias veces mientras el vapor se desprende.
Contraindicación	:	No administrar durante el embarazo y lactancia, ni a niños menores de dos años. Puede disminuir los efectos de fenobarbital, sedantes, antiepilépticos y analgésicos. No debe ser usado en dosis altas en personas con presión sanguínea baja. Los efectos secundarios más comunes son náuseas, vómitos, diarrea, bronco espasmo, cefalea. Al consultar a su médico infórmele que esta usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

EUCALYPTUS GLOBULUS
http://www.rogerstreesandshrubs.com/gallery/DisplayBlock.asp?bid=10137&gid=&source=gallerydefault

GRANADA/ GRANADO

Nombre Comun	:	GRANADA, GRANADO
Nombre Científico	:	PUNICA GRANATUM
Acción Terapéutica	:	VERMIFUGO
Indicación	:	Uso Interno: Para el tratamiento de eliminación de la lombriz solitaria y otras afecciones digestivas. Uso Externo: Para el tratamiento de la vaginitis, amigdalitis, herpes zoster.
Posología	:	Cocinar 1 cucharada de la corteza o cáscara para un litro de agua, hervir 5 minutos: beber 3-4 tazas en el día. Para expulsar la tenia tomar en ayunas, durante 3 días, una taza de decocción preparada con 2 cucharadas de planta. Para uso externo, la misma cocción, aplicando lavados.
Contraindicación	:	No administrar durante el embarazo, lactancia y a niños menores de 5 años; no exceder la dosis terapéuticas ni el tiempo de tratamiento, ya que puede producir vértigo, disminución de la visión, debilidad, calambres en las piernas y temblores convulsivos. Estos productos tienen características de tratamiento auxiliar y complementario, no reemplazan a lo indicado por el médico tratante. Infórmele a su médico el uso de esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

PUNICA GRANATUM
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pommegranate_tree01.JPG



MATICO/ PAÑIL

Nombre Comun	:	MATICO, PAÑIL
Nombre Científico	:	BUDDLEJA GLOBOSA
Acción Terapéutica	:	CICATRIZANTE, ANTIMICÓTICO, ANALGÉSICO.
Indicación	:	1.Para el tratamiento de úlceras digestivas. Indigestión. 2. Para el tratamiento de heridas en la piel.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de hojas para un litro de agua hirviendo. Beber 3 tazas al día.
Contraindicación	:	Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

BUDDLEJA GLOBOSA
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0303.htm

MANZANILLA

Nombre Comun	:	MANZANILLA
Nombre Científico	:	MATRICARIA RECUTITA
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, ANTI-INFLAMATORIO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de afecciones estomacales; Para el tratamiento de afecciones en las vías urinarias; Para el alivio de las molestias del ciclo menstrual.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de flores para 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar y filtrar. Beber 3 tazas al día.
Contraindicación	:	Uso no recomendable en embarazadas, Mantener en un lugar seco, cerrado. Al consultar al médico, infórmele su uso. Evite su preparación con utensilios de aluminio.

MATRICARIA RECUTITA
http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/89/Matricaria_recutita.jpg

GUAYACÁN / PALO SANTO CHILENO

Nombre Común	:	GUAYACÁN / PALO SANTO CHILENO
Nombre Científico	:	PORLIERIA CHILENSIS
Acción Terapéutica	:	DEPURATIVO, EXPECTORANTE
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de las afecciones renales. Para síntomas del resfrío.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

PORLIERIA CHILENSIS
http://www.chilebosque.cl/tree/porli.html

HINOJO

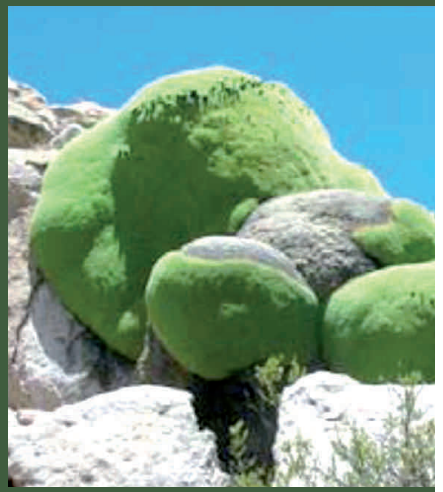
Nombre Comun	:	HINOJO
Nombre Científico	:	FOENICULUM VULGARE
Acción Terapéutica	:	ANTIESPASMÓDICO, ANTIFLATULENTO
Indicación	:	1. Para el tratamiento de signos y síntomas de trastornos digestivos y hepáticos. 2. Favorece la producción de leche materna.
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada del vegetal para un litro de agua recién hervida, beber tres tazas por día.
Contraindicación	:	No tomar la infusión muy concentrada, especialmente en embarazadas. No administrar junto con el antibiótico Ciprofloxacino. Puede provocar reacciones alérgicas en algunas personas. Al consultar a su médico infórmele que está usando esta hierba. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

FOENICULUM VULGARE
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0301.htm

MALVA

Nombre Común	:	MALVA
Nombre Científico	:	MALVA SYVESTRIS
Acción Terapéutica	:	ANTITUSIVO
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas y signos de las afecciones respiratorias, tos irritativa, bronquitis.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de la hierba para un litro de agua recién hervida: se debe beber 1 taza 3 veces al día.
Contraindicación	:	Al consultar a su médico, comunique que está usando esta hierba, evite su preparación en utensilios de aluminio.

MALVA SYVESTRIS
http://www.cepvi.com/medicina/plantas/malva.shtml



LLARETA

Nombre Comun	:	LLARETA
Nombre Científico	:	LARETIA ACAULIS
Acción Terapéutica	:	HIPOGLICEMIENTE, INTI-INFLAMATORIO
Indicación	:	Para el tratamiento en personas diabéticas, no insulino dependientes. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre. Para el tratamiento en molestias dentales (goma).
Posología	:	La infusión se prepara con una cucharada de la hierba en un litro de agua recién hervida, se bebe de 1 a 3 tazas en el día. Para el tratamiento dental, se emplea la goma (resina) directamente en la zona de la encía afectada.
Contraindicación	:	Este producto tiene en carácter y no debe reemplazar su uso por los medicamentos indicados por su médico; Infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

LARETIA ACAULIS
http://www.chilebosque.cl/shrb/acomp.html

LAMPAYO/ LAMPAYA

Nombre Comun	:	LAMPAYO, LAMPAYA
Nombre Científico	:	LAMPAYA MEDICINALIS
Acción Terapéutica	:	1 . CARDIOTÓNICO. 2 . DIURÉTICO.
Indicación	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida; beber 2-3 tazas al día.
Posología	:	La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida; beber 2-3 tazas al día.
Contraindicación hepatotóxico.	:	No administrar por periodos prolongados ni infusiones demasiado concentradas, pues podría ser Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evitar la preparación en utensilios de aluminio.

LAMPAYA MEDICINALIS
http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1234A.ht

LINAZA / LINO

Nombre Común	:	LINAZA / LINO
Nombre Científico	:	LINUM USITATISSIMUM
Acción Terapéutica	:	LAXANTE, ANTI ESPASMÓDICO
Indicación	:	Para el tratamiento de afecciones digestivas crónicas. Para el tratamiento de los síntomas de la gastritis.
Posología	:	Para el efecto laxante, ingerir 1 cucharada diaria de semillas, sin masticar, con 1 a 2 tazas de agua; alternativamente se puede dejar la misma cantidad en remojo unas 8 horas y beber el líquido en ayunas. Para el tratamiento de las gastritis, hervir dos cuchadas de semillas en un litro de agua por dos minutos, reposar y beber tres tazas por día.
Contraindicación	:	No administrar durante el embarazo, usar con precaución en pacientes diabéticos, pues puede disminuir el efecto hipoglicemiante. Como laxante no debe administrarse por más de una semana.

LINUM USITATISSIMUM
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Linum-ground-cover.JPG

LLATÉN/ LLATÉN MAYOR

Nombre Comun	:	LLATÉN, LLATÉN MAYOR
Nombre Científico	:	PLATAGO MAJOR
Acción Terapéutica	:	1. Uso interno: Gastritis, Úlceras, Diarrea, Afecciones Hepáticas. 2. Uso Externo: Llagas, Pústulas. (se usa localmente la infusión de manera directa).
Indicación	:	Para el tratamiento de los síntomas de las úlceras; para el tratamiento de lesiones en la piel.
Posología	:	La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas para 1 litro de agua recién hervida; beber 2-3 tazas al día.
Contraindicación	:	En el embarazo administre con precaución. Infusiones muy concentradas pueden producir un efecto antihipertensivo y laxante potente. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

PLATAGO MAJOR
http://yerbasana.cl/?a=529